

PENGARUH TERAPI MEWARNAI GAMBAR DENGAN PASIR WARNA TERHADAP KECEMASAN ANAK PRASEKOLAH 3-5 TAHUN

Debora, Arisska¹, Sitompul, Dania Relina²

¹Mahasiswa STIKES Suaka Insan Banjarmasin

²Dosen STIKES Suaka Insan Banjarmasin

Email: ariskaa535@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan pada anak prasekolah dapat disebabkan karena perpisahan, perasaan kehilangan, cedera tubuh dan nyeri. Dampak kecemasan ini berisiko mengganggu tumbuh kembang anak dan proses penyembuhan. Upaya untuk mengurangi kecemasan anak dapat dilakukan dengan memberi terapi bermain mewarnai gambar dengan pasir warna. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap kecemasan anak usia prasekolah 3-5 tahun di Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin.

Metode: Jenis penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan rancangan penelitian *one group pretest and posttest design*. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*. Sample yang berhasil dikumpulkan adalah sebanyak 30 responden. Uji statistik *paired sample t-Test* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Hasil: Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi yang paling tinggi yaitu kecemasan sedang dengan presentase 53,3% dan setelah diberikan terapi tingkat kecemasan berada pada tingkat kecemasan ringan dengan presentase 76,6%. Hasil *p value* = 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah 3-5 tahun di ruang Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin.

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah 3-5 tahun.

Kata Kunci: Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi bermain.

LATAR BELAKANG

Kecemasan bisa dialami setiap orang biasanya perasaan ini muncul pada saat seseorang hendak menghadapi hal-hal yang penting, hal-hal yang menentukan, hal-hal yang menakutkan, dan lain-lain. Perasaan ini juga sering muncul di hati anak-anak. Anak-anak sebagai pribadi yang masih labil tentu tidak bisa mengatasi masalah yang mereka alami sendiri. Kecemasan adalah suatu keadaan perasaan keprihatinan, rasa gelisah, ketidaktentuan atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau dikenal (Stuart & Sundeen, 2008).

Kecemasan yang berlebihan pada anak dapat memberikan dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh, bahkan dapat menimbulkan penyakit-penyakit fisik. Bila tidak diatasi sejak awal, kecemasan dapat mengurangi intensitas terapi dan perawatan selama masa penyembuhan di rumah sakit.

Menggambar atau mewarnai merupakan salah satu permainan yang memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi (Sujono & Sukarmi, 2013). Aktivitas mewarnai memiliki banyak manfaat diantaranya sebagai media berekspresi, membantu mengenal perbedaan warna, warna merupakan media terapi, melatih anak menggenggam pensil, melatih kemampuan koordinasi, mengembangkan kemampuan motorik, mewarnai meningkatkan konsentrasi, mewarnai melatih anak mengenal garis batas bidang, mewarnai melatih anak membuat target.

Hospitalisasi merupakan perawatan yang dilakukan dirumah

sakit dan dapat menimbulkan trauma dan stress pada klien yang baru mengalami rawat inap di rumah sakit sering menimbulkan stress karena anak akan mengalami ketakutan terhadap orang asing yang tidak dikenalnya dan pekerja rumah sakit, perpisahan dengan orang terdekat, kehilangan kendali, ketakutan tentang tubuh yang disakiti, dan nyeri (Potter, 2012).

Peneliti melakukan studi pendahuluan awal pada tanggal 03 November 2017 data dari Instalasi Rekam Medik Rumah Sakit Umum Daerah Ulin Banjarmasin di ruang anak gedung Tulip II A bahwa jumlah rekapitulasi pasien anak usia 3-5 tahun yang mengalami hospitalisasi atau rawat inap, dari bulan Januari sampai Desember tahun 2016 berjumlah 1462 anak dan pada bulan Oktober tahun 2016 sampai Oktober tahun 2017 berjumlah 1494 anak, dan selama tiga bulan terakhir yakni dari bulan Agustus sampai Oktober 2017 berjumlah 452 anak.

Hasil observasi terhadap 5 anak yang di rawat di ruang Tulip II A (Anak) diperoleh bahwa anak sering mengalami kecemasan selama masa perawatan di rumah sakit terutama pada saat perawat melakukan tindakan keperawatan, anak yang mengalami kecemasan tidak mau berpisah dari orang tuanya sebanyak 2 orang anak (40%). Anak menangis pada saat dilakukan pemasangan infus, pemberian obat melalui suntikan, pengambilan sampel darah ada 3 orang anak (60%). Hasil wawancara dari kelima orang tua anak, 1 (20%) dari 5 orang tua mengatakan selama perawatan dirumah sakit anaknya menangis saat diberikan tindakan keperawatan sampai loncat dari tempat tidur

karena trauma pernah sakit sebelumnya, 3 (60%) dari 5 orang tua mengatakan bahwa anaknya takut kepada perawat, menangis saat pemasangan infus, dan 1 (20%) orang tua mengatakan bahkan anaknya meminta untuk cepat pulang anak mengalami cemas. Observasi awal yang dilakukan peneliti di ruang anak gedung Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin terapi bermain yang sudah diterapkan untuk mewarnai gambar adalah teknik mewarnai dengan *crayon* dan pensil warna.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang ada, terbukti bahwa terapi bermain menjadi salah satu teknik pengalihan perhatian anak dari rasa takut dan cemas akibat hospitalisasi. Peneliti pun tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap kecemasan anak prasekolah 3-5 Tahun.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*.

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas terapi mewarnai gambar dengan pasir warna dan variabel terikat kecemasan anak prasekolah 3-5 tahun.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah 452 pasien anak yang di rawat di ruang Tulip II A dirumah sakit umum daerah Ulin Banjarmasin tahun 2018.

Sampel pada penelitian ini adalah anak yang dirawat di Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin dan telah memenuhi persyaratan/kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti jumlah

sampel yaitu 30 responden. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah: (1) Anak usia 3-5 tahun; (2) Anak yang dirawat selama masa perawatan di rumah sakit; (3) Selama dirawat di dampingi orang tua; (4) Anak yang menyukai gambar dan mewarnai gambar.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini secara *accidental sampling* ini dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2010).

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Preschool Anxiety Scale Revised* (PASR) dan lembar observasi. *Preschool Anxiety Scale Revised* (PASR) adalah skala pengukuran yang berisi 22 skor kecemasan yang meminta orang tua untuk memberikan informasi yang benar mengenai anaknya, ke 22 item pernyataan berisi pengukuran kecemasan. Kuesioner ini bisa digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan anak pada usia 2,5 sampai 6,5 tahun dimana fokus pengisian kuesioner diberikan pada orang tua sebagai wali responden.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 19 Februari sampai 19 Maret 2018. Penelitian ini dilaksanakan di Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin.

Intervensi diberikan sebanyak 3 kali dalam 3 hari. Langkah-langkah dalam penelitian ini yaitu peneliti mengukur tingkat kecemasan anak sebelum diberikan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (*pretest*) menggunakan kuesioner PASR kemudian peneliti memberikan intervensi pertama, kemudian hari kedua peneliti memberikan intervensi yang kedua, dan pada hari ketiga peneliti memberikan

intervensi ketiga serta melakukan *posttest* untuk mengukur tingkat kecemasan anak setelah diberikan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna.

HASIL

Tabel 1.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Laki-laki	13	43,3
2.	Perempuan	17	56,7
Jumlah		30	100

Tabel 1.1. menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak dari responden laki-laki dengan presentase 56,7 % atau sebanyak 17 orang, dan hasil wawancara dari kepala ruangan di ruangan tersebut mengatakan bahwa banyak anak perempuan yang di rawat daripada anak laki-laki.

Jenis kelamin bukan faktor dominan terhadap munculnya kecemasan, tingkat kecemasan yang tinggi terjadi pada wanita dibandingkan laki-laki yaitu 2:1 (Hawari 2011).

Tabel 1.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.

No	Usia	Frekuensi	Presentase (%)
1.	3 tahun	5	16,6
2.	4 tahun	11	36,7
3.	5 tahun	14	46,7
Jumlah		30	100

Tabel 1.2. menunjukkan bahwa usia responden didominasi oleh usia 5 tahun dengan presentase 46,7 % atau sebanyak 14 orang.

Faktor yang mempengaruhi reaksi anak terhadap hospitalisasi salah satunya usia. Semakin muda usia anak, semakin kurang kemampuannya beradaptasi, sehingga timbul hal yang menakutkan (Wong, 2008), kemudian menurut Notoatmodjo

(2012) berdasarkan tingkat kematangan, semakin cukup usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan logis.

Tabel 1.3. Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah 3-5 Tahun Sebelum Diberikan Terapi Mewarnai Gambar dengan Pasir Warna.

No	Kategori	Pre Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak ada kecemasan	0	0
2.	Kecemasan ringan	8	26,7
3.	Kecemasan sedang	16	53,3
4.	Kecemasan berat	6	20
5.	Kecemasan berat sekali	0	0
Jumlah		30	100

Tabel 1.3. menunjukkan tingkat kecemasan anak sebelum diberikan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (*pretest*) yang paling tinggi adalah kecemasan sedang yaitu 53,3 %, kecemasan ringan ada 26,7%, dan kecemasan berat ada 20 %.

Tabel 1.4. Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah 3-5 Tahun Sesudah Diberikan Terapi Mewarnai Gambar dengan Pasir Warna.

No	Kategori	Post Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak ada kecemasan	2	6,7
2.	Kecemasan ringan	23	76,6
3.	Kecemasan sedang	5	16,7
4.	Kecemasan berat	0	0
5.	Kecemasan berat sekali	0	0
Jumlah		30	100

Tabel 1.4. diatas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan anak setelah pemberian terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (*posttest*) yang paling tinggi adalah kecemasan ringan yaitu 76,6 %.

Tabel 1.5. Hasil Uji *Paired Sample T-Test*: Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar dengan Pasir Warna terhadap Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah 3-5 Tahun yang Mengalami Hospitalisasi.

Variabel	Kontrol	Mean	Std.D eviasi on	P value Sig. (2- tailed)
Kecema san	Sebelu m	44,76	10,71	0,000
	Sesuda h	27,43	8,12	

Tabel 1.5. diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistik setelah melakukan analisis dengan menggunakan program SPSS dan menemukan hasil nilai signifikansinya diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05 (\alpha)$, karena nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna dapat mengurangi tingkat kecemasan akibat hospitalisasi.

PEMBAHASAN

Peneliti berpendapat bahwa kecemasan anak prasekolah selama mengalami hospitalisasi dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu usia perkembangan anak, jenis kelamin, lama rawat, pengalaman dirawat sebelumnya, sistem pendukung dan mekanisme coping.

Sebagian besar anak takut apabila berpisah dengan orang tuanya, minta ditemani dengan orang tua saat dilakukan tindakan, takut berbicara atau bertemu dengan orang asing (perawat atau dokter) selama dirawat dirumah sakit, gugup selama berada dilingkungan rumah sakit, dan takut pada peralatan medis

seperti jarum suntik atau jarum infus. Penelitian ini menunjukkan bahwa hospitalisasi dapat menyebabkan kecemasan.

Perawatan di rumah sakit juga dapat membuat anak kehilangan kontrol terhadap dirinya. Secara teoritis anak yang dirawat di rumah sakit kebanyakan anak akan mengalami stress hospitalisasi yang berat, sehingga anak akan takut pada pengobatan, anak merasa asing dengan lingkungan yang baru, dan takut kepada petugas kesehatan dengan kondisi tersebut maka akan menimbulkan kecemasan pada anak. Selama anak dirawat dirumah sakit anak membutuhkan lingkungan yang nyaman sehingga membuat anak tidak merasa bosan dengan lingkungan yang ada dirumah sakit, salah satu cara yang dapat membantu anak dalam mengurangi tingkat kecemasan anak adalah mengajak anak untuk bermain.

Bentuk permainan menurut Wong (2010), yang sesuai dengan anak usia pasekolah antara lain: bermain menyusun *puzzle*, bermain game sederhana, bermain musik dan peran, mendengarkan cerita, melihat buku-buku menggambar, menggambar dan mewarnai gambar.

Salah satu intervensi keperawatan anak yang dapat dilakukan perawat untuk mengurangi kecemasan anak selama menjalani hospitalisasi adalah program terapi bermain dengan memperhatikan prinsip bermain di rumah sakit. Terapi bermain merupakan salah satu intervensi yang efektif yang berfungsi untuk menangani atau mengurangi kecemasan anak selama menjalani hospitalisasi.

Mewarnai gambar merupakan terapi permainan yang kreatif untuk mengurangi stress dan kecemasan

serta meningkatkan komunikasi pada anak. Menggambar atau mewarnai suatu permainan yang memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi dan sebagai permainan penyembuh. Mengekspresikan perasaan dengan menggambar atau mewarnai gambar berarti memberikan pada anak suatu cara untuk berkomunikasi (Whalley & Wong, 2008).

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi metode terapi mewarnai gambar dengan pasir warna yang artinya Ha diterima bahwa ada pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi dari hasil penelitian di ruang Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin dengan 30 responden diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (*pretest*) tingkat kecemasan yang paling tinggi berada pada tingkat kecemasan sedang dengan presentase 53,3% dan sesudah dilakukan intervensi terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (*posttest*) tingkat kecemasan anak menjadi cemas ringan dengan presentase 76,6% dan kecemasan sedang mengalami penurunan sebanyak 36,6% dari 53,3% menjadi 16,7%.

Kesimpulan dan Saran

Hasil penelitian mengungkapkan ada pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap kecemasan anak pada usia prasekolah 3-5 tahun yang di jalani perawatan di ruang Tulip II A RSUD Ulin Banjarmasin.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan tentang terapi bermain dalam mengatasi kecemasan pada anak yang menjalani perawatan di rumah sakit namun dengan metode dan teknik yang berbeda yang sesuai dengan tahap perkembangan dan hobinya anak, serta meneliti lebih dalam mengenai hubungan terapi bermain dengan tumbuh kembang anak setelah menerima dampak hospitalisasi.

Acknowledgment □

Saya berterimakasih kepada kepada seluruh responden dan setiap orang yang terkait dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika
- Apriany, D. (2013). *Hubungan Antara Hospitalisasi Anak Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua*. Diakses pada tanggal 04 November 2017, 23:02:28
- Hawari. (2011). *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: EGC
- Kyle & Carman. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Pediatri Edisi 2*. Diterjemahkan oleh Devi Yulianti dan Dwi Widiarti. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. (2012). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta
- Purwandari, H. Mulyono, W.A., & Sucipto, A. (2010). *Terapi Bermain untuk Menurunkan Kecemasan Perpisahan pada*

Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi.
Diakses pada tanggal 11 Oktober 2017, 14:43:32

- Potter, P.A & Perry A. G. (2012). *Fundamental of Nursing.* Jakarta: EGC
- Sujono. R & Sukarmi. (2013). *Asuhan Keperawatan pada Anak.* Yogyakarta: Graha Ilmu
- Stuart & Sundeen. (2008). *Buku Saku Keperawatan Jiwa.* Jakarta: EGC
- Whalley & Wong. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pedriatik.* Cetakan pertama. Jakarta: EGC
- Wong. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik* Edisi 2. Jakarta: EGC
- Wong. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik.* Edisi 6 vol2. Jakarta: EGC